

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Fenomena *bullying* sudah umum terjadi di semua negara, seperti di negara Amerika Serikat yaitu seorang perempuan menjadi korban *cyberbullying* dari seorang anak laki-laki sehingga bunuh diri. *Bullying* sendiri sudah menjadi fenomena yang umum juga di masyarakat Indonesia. Anak-anak Indonesia merupakan aset berharga, ini menentukan masa depan negara. Masa depan mereka dimulai ketika mereka mulai bersekolah. Namun, realitanya sekolah itu tidak selalu sesuai dengan harapan orang tua. Anak-anak yang seharusnya menikmati masa kecilnya justru harus mengalami kekerasan yang menyakitkan dari teman sebayanya. Pengalaman ini dapat membentuk kepribadian mereka yang terus menghantui hingga dewasa. Kekerasan dalam bentuk *bullying* masih menjadi masalah serius di sekolah.

*Bullying* menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) adalah melecehkan atau mengintimidasi, menggunakan kekerasan, ancaman atau paksaan untuk menganiaya atau mengintimidasi orang lain. Ada kemungkinan hal itu dapat ditularkan kepada orang lain berulang kali. Menurut Olweus (1999), *bullying* merupakan sebuah perilaku negatif berulang yang bertujuan menyebabkan ketidaksenangan atau rasa sakit oleh orang lain, baik satu atau beberapa orang secara langsung terhadap seseorang yang tidak mampu melawannya. Perilaku *bullying* melibatkan kekuasaan dan kekuatan yang tidak seimbang, sehingga korban berada dalam keadaan tidak mampu membela diri secara efektif terhadap tindakan negatif yang mereka terima.

Perilaku *bullying* mempunyai dampak jangka panjang dan jangka pendek terhadap korban perundungan. Pelaku *bullying* sering disebut dengan istilah *bully*. Seorang *bully* tidak mengenal gender maupun usia. Bahkan, *bullying* sudah sering terjadi di sekolah dan dilakukan oleh para remaja. Di Indonesia sendiri kasus *bullying* sudah menjadi isu yang mengkhawatirkan. Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sepanjang tahun 2023 terdapat 5.249 kasus yang dilaporkan ke KPAI. Dari jumlah tersebut, 4.701 kasus terjadi di lingkungan sekolah. Lalu, pada tahun 2022, terdapat 4.287 kasus yang dilaporkan ke KPAI diantaranya terdapat anak korban tawuran pelajar, anak pelaku tawuran pelajar, anak korban kebijakan, anak pelaku, kekerasan di sekolah dan anak korban kekerasan di sekolah (*bullying*). Kenyataan ini ditemukan juga oleh peneliti dalam temuan

lapangan dengan mewawancarai salah satu petugas yang berkerja di UPTD PPA Kabupaten Gresik yang mengatakan bahwa kasus *bullying* meningkat dari tahun lalu. Hal ini menunjukkan bahwa kasus *bullying* di Indonesia merupakan masalah yang serius dan perlu segera ditangani. Kasus ini terjadi pada anak dan remaja sehingga merupakan masalah yang serius dan perlu ditangani dengan serius.

Berdasarkan penjelasan di atas, kejadian *bullying* paling sering terjadi pada masa remaja, yaitu pada masa SMP dan SMA. Hal ini dikarenakan masa remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan baik secara fisik maupun mental (Papalia, Feldman dan Martorell, 2014). Kenyataan ini ditemukan oleh peneliti dalam temuan lapangan dengan mewawancarai salah satu petugas yang berkerja di UPTD PPA Kabupaten Gresik yang mengatakan bahwa *bullying* banyak dialami oleh anak berusia 7-15 tahun, tetapi paling sering terjadi pada remaja. Dan remaja berjenis kelamin laki-laki dan perempuan memiliki jumlah yang sama pada jumlah yang menjadi korban *bullying*.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa fase ini sangat penting untuk remaja karena remaja yang menjadi korban *bullying* mempunyai risiko lebih besar untuk menghadapi berbagai permasalahan kesehatan, baik fisik maupun psikis. Permasalahan yang dihadapi anak korban *bullying* antara lain berbagai permasalahan kesehatan fisik seperti sakit kepala, nyeri perut dan ketegangan otot, perasaan cemas di lingkungan sekolah, menurunnya motivasi belajar dan prestasi akademik, depresi, stres dan kecemasan, pola makan. gangguan, masalah psikologis seperti gangguan tidur yang dapat menetap hingga dewasa bahkan bunuh diri. Salah satu contoh kasus yang terjadi di Gresik, Jawa Timur yaitu seorang siswa yang duduk di bangku SD kelas 2 mengalami buta permanen pada mata sebelah kanan yang diduga ditusuk oleh kakak kelasnya.

*Bullying* yang dialami oleh seseorang dapat menumbuhkan evaluasi negatif terhadap penampilan, perilaku, dan emosi orang tersebut (Lahtinen, dkk., 2019). Hal ini mungkin terjadi karena korban merasa bahwa kejadian *bullying* terjadi karena kesalahannya sendiri, yang pada akhirnya berujung pada kritik diri (Gonynor, 2016). Sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayatilah & Savira (2021) yang menunjukkan bahwa *self compassion* pada seseorang yang pernah mengalami *bullying* tidak hanya terdampak secara negatif dalam jangka pendek, melainkan juga dalam jangka panjang. Dampak jangka pendek dari *bullying* antara lain depresi akibat *bullying*, penurunan motivasi mengerjakan tugas yang diberikan guru, dan penurunan partisipasi dalam acara sekolah. Di sisi lain,

dampak jangka panjang dari *bullying* adalah sulitnya menjalin hubungan baik dengan lawan jenis dan rasa cemas karena teman mereka akan memperlakukannya dengan tidak menyenangkan (Ayatilah & Savira, 2021). Pada penelitian yang dilakukan oleh Lusiana & Arifin (2022), menunjukkan bahwa anak yang menjadi korban *bullying* adalah korban akan mengalami kekerasan fisik dan non fisik. Seperti, sering terisolasi secara sosial, tidak mempunyai teman dekat, tidak memiliki hubungan baik dengan orang tua, kesehatan mental menurun, dan dampak yang paling buruk bagi anak korban *bullying* adalah dapat mengakibatkan depresi hingga memicu bunuh diri. Hal ini dapat membuat anak korban *bullying* mengalami trauma berkepanjangan. Selain itu, Seorang anak korban *bullying* juga akan mengalami gangguan belajar dan aktivitas akademiknya (Lusiana & Arifin, 2022).

Hal ini diperkuat berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti dengan guru BK MTs X yaitu anak-anak yang menjadi korban *bullying* memiliki minat yang berkurang dalam keturutsertaan dalam kegiatan sekolah, banyak yang mengalami kesulitan akan membangun hubungan baik, terutama dengan lawan jenis, dan terus-menerus khawatir akan dianiaya oleh orang lain. Kurangnya *self compassion* individu yang menjadi korban *bullying* tercermin dalam aspek yang tidak terpenuhi, seperti kecenderungan mengalami kecemasan karena identifikasi berlebihan (*overidentification*). Mereka memiliki harga diri yang rendah, memupuk keinginan untuk terisolasi (*isolation*), dan rentan terhadap kritik negatif, suatu bentuk penilaian diri (Ayatilah & Savira, 2021). *Self compassion* sendiri adalah sebuah sikap perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri saat menghadapi berbagai kesulitan dalam hidup ataupun kekurangan dalam diri. *Self compassion* cenderung memiliki kasih sayang yang melibatkan diri sendiri seperti bersikap baik kepada diri sendiri dan bukannya mengkritik pada diri sendiri, tetapi lebih melihat penderitaan, kegagalan dan kekurangan sebagai bagian dari kehidupan manusia pada umumnya (Neff, 2003).

Fenomena ini dirasakan oleh beberapa siswa yang menjadi korban *bullying*. Dari beberapa sekolah yang menjadi calon lokasi penelitian ini, peneliti menemukan bahwa siswa di MTs X ini adalah yang paling sesuai dikarenakan terdapat siswa yang menerima bentuk *bullying* paling parah dari beberapa sekolah lainnya. Sehingga peneliti menjadikan MTs X ini sebagai lokasi penelitian. Data awal penelitian didapatkan bahwa 2 siswa yang menjadi korban *bullying* di MTs X mengaku mengalami dampak *bullying* disekolahnya.

Berikut adalah hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa korban *bullying* di MTs X:

**Tabel 1. 1** Wawancara Awal

Subjek	Verbatim	Keterangan
RA	<p>“Secara singkat ya mbak, jadi sekarang kan tren nya TikTok ya. Nah waktu itu aku bikin video TikTok gitu yang pakai lagu apa ya judulnya, yang ada gininya “27 bulan Mei” gitu. Pas aku post di TikTok ku tuh banyak banget yang <i>ngolok-ngolok</i> aku. Padahal aku nggak ngefollow akun TikTok temen, tapi tiba-tiba lewat beranda mereka. Terus mereka pada bilang kalau aku yang di sekolah sama yang di video beda banget. Katanya aku <i>tuh</i> yang di video kayak anak nakal, jadinya aku sering di olok-olok setelah post video itu.”</p> <p>“Pastinya sakit hati nggak sih mbak, aku malu diejek begitu. Jadinya videonya aku hapus, pas aku sudah hapus malah makin di ejek.”</p> <p>“Kalau membandingkan diri sih <i>emm</i> kadang ya mbak, <i>insecure</i> gitu sama temen-temen dan cewek-cewek di TikTok karena mereka itu cantik cantik. Sampai kadang aku suka bertanya-tanya sendiri ‘kenapa ya cewek-cewek diluar sana bisa cantik banget sedangkan aku enggak’. Jadi aku kadang berpikir kalau orang cantik itu lebih diunggulkan dimana-mana dibandingkan orang yang biasa aja kayak aku dan kayaknya nggak pernah di-<i>bully</i> juga nggak sih mbak.”</p> <p>“Aku kan cuma di olok-olok gitu ya mbak, jadi aku cuma cerita ke temen aja sih mbak. Kalau yang sampai bu Epi tau itu karena <i>pas</i> lihat aja aku di olok-olok dikelas.”</p> <p>“<i>Emm</i> baik-baik aja sih mbak, ngga ada masalah ya.”</p> <p>“Aku sendiri kurang tau kenapa mereka begitu.”</p>	<p>Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan didapatkan hasil yaitu pada subjek RA menjadi korban <i>bullying verbal</i> yang dilakukan oleh teman sekelasnya. Subjek merasa sakit hati, malu dan kadang membandingkan dirinya dengan orang lain. Subjek tidak pernah bercerita mengalami perundungan yang dialaminya kecuali pada teman dekatnya. Dan subjek tidak mengalami dampak yang ditimbulkan akibat <i>bullying</i>.</p>
CA	<p>“Awal aku di-<i>bully</i> itu SD mbak. Jadi awal-awal itu enggak tapi lama-lama aku di-<i>bully</i>. Aku di-<i>bully</i> karena fisik sama karena masalah perekonomian keluarga gitu mbak, di olok-olok terus kadang bentuk fisik. Eh itu bentuk fisik enggak ya mbak, kayak waktu aku jalan tiba-tiba di <i>jegal</i> jadi aku langsung</p>	<p>Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan didapatkan hasil yaitu pada subjek CA menjadi korban <i>bullying verbal</i> dan <i>non verbal</i> yang dilakukan</p>

Subjek	Verbatim	Keterangan
	kayak ‘eh, astaghfirullah’ gitu. Terus kadang waktu bagi-bagi buku yang dikumpulkan itu punya aku ngga dikasihkan atau malah dilemparkan ke aku.”	oleh teman sekelasnya. subjek merasa sedih dan kadang subjek merasa iri dengan temannya
	“Aku sih sedih ya mbak, kenapa aku di-bully padahal kan sama-sama ciptaan Allah.”	yang tidak mengalami hal serupa dengannya.
	“Emm aslinya sih pernah tapi apa ya kayak ikhlaskan aja soalnya masih temanan gitu soalnya kalau teman itu ngga bisa dijauhin gitu. Kadang iri aja sama yang enggak di-bully, tapi aku pernah lihat kayak video motivasi gitu mbak. Isinya kayak orang itu juga di-bully tapi bisa sukses gitu, jadi aku menyemangati diriku sendiri dengan kata-kata motivasinya gini ‘kehidupan itu berputar, jadi yang dibawah bisa ke atas’. Banyak teman-teman dikelas itu pada cantik-cantik, aku ingin seperti mereka biar aku tidak di-bully.”	Subjek bercerita mengalami perundungan yang dialaminya pada teman dekatnya, guru serta orang tuanya. Dan subjek mengalami dampak yang ditimbulkan akibat bullying.
	“Kalau waktu aku udah nggak kuat aja sih mbak baru aku bercerita ke teman, guru sama orang tua.”	
	“Aku ngerasa canggung, cemas, takut gitu kalau sama orang, apalagi kalau sama orang baru.”	
	“Waduh, kurang tau ya mbak. Kadang aku juga bertanya-tanya sama diriku sendiri ‘kenapa ya kok ada orang yang suka bully’ gitu.”	

Berdasarkan hasil wawancara diatas, peneliti menyimpulkan bahwa subjek mengalami indikasi terkait *self compassion* yang ada di diri mereka sendiri. Hal ini ditinjau dari aspek-aspek menurut Neff (2011), yaitu: 1) *self kindness vs self judgement*, pada hasil wawancara kedua subjek memenuhi poin *self judgement* karena kedua subjek masih belum bisa menerima diri apa adanya dan menghakimi diri sendiri atas kekurangan yang dimilikinya. 2) *common humanity vs isolation*, pada hasil wawancara kedua subjek memenuhi poin *isolation* karena kedua subjek memiliki pandangan sempit dan lebih fokus pada ketidaksempurnaan yang ada pada dirinya ditunjukkan melalui kata ‘cewek cantik tidak akan di-bully’. 3) *mindfulness vs overidentification*, kedua subjek memenuhi poin *mindfulness* karena kedua subjek melihat dan menerima dirinya apa adanya dan mereka mengerti apa yang sebenarnya mereka rasakan dan inginkan.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti ingin mengkaji lebih dalam untuk mengetahui bagaimana gambaran *self compassion* remaja yang menjadi korban *bullying* di Kabupaten Gresik. Sehingga peneliti ingin membuat penelitian dengan judul “*Self Compassion* pada Korban *Bullying*”.

## 1.2 Penelitian Terdahulu

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Ayatilah & Savira (2021), mendapatkan hasil *self compassion* pada perempuan yang pernah mengalami *bullying* tidak hanya berdampak secara negatif dalam jangka pendek, melainkan juga dalam jangka panjang. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang, yang diperoleh melalui penyebaran pamflet di sosial media. Metode yang digunakan untuk mengkaji data dalam penelitian ini ialah metode kualitatif, dengan pendekatan model studi kasus. Sumber data dalam penelitian ini diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur. Data yang diperoleh selanjutnya akan diolah dengan menggunakan teknik analisis tematik. Triangulasi sumber data dan waktu digunakan sebagai teknik keabsahan data pada penelitian ini. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini ialah *self compassion* pada perempuan yang pernah mengalami *bullying* tidak hanya berdampak secara negatif dalam jangka pendek, melainkan juga dalam jangka panjang. Hal tersebut diukur dari masih kurang terceminnnya komponen *self compassion* pada ketiga partisipan. Peneliti memilih penelitian ini sebagai rujukan dari hasil penelitiannya untuk membahas permasalahan dan hasil penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Perbedaan dari penelitian ini yaitu, pada subjek yang diteliti yaitu diperoleh melalui rekomendasi guru BK dan tercatat di buku catatan BK, serta subjek yang diambil berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Lalu pada teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan enam elemen dalam teknik analisis data menurut Creswell.

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Lestari & Halimah (2021), mendapatkan hasil temuan sebanyak 43% korban *cyberbullying* memiliki *self compassion* tinggi dengan ketiga komponen pembentuk yaitu *self kindness*, *common humanity*, dan *mindfulness* yang tinggi. Sedangkan korban *cyberbullying* dengan *self compassion* rendah 57% memiliki kategori rendah pada komponen *self kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif dengan jumlah sampel 100 korban *cyberbullying* di Kota Bandung yang dipilih melalui *convenience sampling*. Penelitian ini menggunakan Teknik pengambilan data kuesioner dengan alat ukur yang digunakan adalah

*Self Compassion Scale* dari Kristin Neff. Peneliti memilih penelitian ini sebagai rujukan dari teori yang digunakan yaitu Kristin Neff sebagai alat ukur *self compassion* pada subjek penelitian. Perbedaan dari penelitian ini yaitu, pada korban *bullying* yang diteliti yaitu *bullying* dalam bentuk apapun (*verbal, physical, relational* dan *cyberbullying*) dan metode yang digunakan yaitu kualitatif dengan pendekatan studi kasus.

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Lusiana & Siful Arifin (2022), mendapatkan hasil bahwa *bullying* mempunyai dampak buruk bagi seorang anak, baik anak tersebut sebagai pelaku *bullying* maupun sebagai korban. Salah satu dampak *bullying* bagi seorang anak yang menjadi pelaku *bullying* adalah seorang anak yang menjadi pelaku *bullying* cenderung mempunyai empati dan interaksi sosial yang kurang baik dan cenderung mempunyai perilaku yang tidak normal. Seperti perilaku hiperaktif terhadap lingkungan sekitarnya. Selain itu, Pelaku *bullying* juga berpotensi mengalami gangguan kesehatan mental seperti gejala emosional yang tidak terkontrol dan lain sebagainya. Sementara salah satu dampak *bullying* bagi anak yang menjadi korban *bullying* adalah korban akan mengalami kekerasan fisik dan non fisik. Seperti, sering terisolasi secara sosial, tidak mempunyai teman dekat, tidak memiliki hubungan baik dengan orang tua, kesehatan mental menurun, dan dampak yang paling buruk bagi anak korban *bullying* adalah dapat mengakibatkan depresi hingga memicu bunuh diri. Hal ini dapat membuat anak korban *bullying* mengalami trauma berkepanjangan. Selain itu, Seorang anak korban *bullying* juga akan mengalami gangguan belajar dan aktivitas akademiknya. Penelitian ini termasuk penelitian kualitatif dengan pendekatan studi literatur dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif-analitis. Peneliti memilih penelitian ini sebagai rujukan dari hasil penelitiannya untuk membahas permasalahan dan hasil penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Perbedaan pada penelitian ini yaitu variabel dan subjek yang digunakan. Serta metode yang digunakan yaitu metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Alitani (2023), hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang pernah mengalami perundungan memiliki *self-compassion* dengan kategorisasi tinggi sebanyak 55% dan kategori rendah sebanyak 45%. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling* dengan melibatkan 100 mahasiswa dengan usia 17 hingga 24 tahun. Peneliti memilih penelitian ini sebagai rujukan dari teori yang digunakan

yaitu Kristin Neff sebagai alat ukur *self compassion* pada subjek penelitian. Penelitian diatas memiliki persamaan dan perbedaan. Perbedaan dari penelitian ini yaitu, pada *range* usia subjek dan korban *bullying* yang di teliti yaitu *bullying* dalam bentuk apapun (*verbal, physical, relational* dan *cyberbullying*) dan metode yang digunakan yaitu kualitatif dengan pendekatan studi kasus.

### 1.3 Fokus Masalah

Pada penelitian ini akan berfokus pada gambaran *self compassion* pada korban *bullying* di MTs X. *Self compassion* yang dimaksud dalam penelitian ini sesuai dengan teori Neff (2003), yaitu sebuah sikap perhatian dan kebaikan terhadap diri sendiri. Sedangkan *bullying* yang dimaksud yaitu sesuai dengan teori Olweus (1999), yaitu seseorang yang mengalami perundungan/*bullying* dalam bentuk *verbal, physical, relational* dan *cyberbullying*.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Bagaimana gambaran *self compassion* korban *bullying* di MTs X?”

### 1.5 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran *self compassion* pada korban *bullying* di MTs X.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diambil dari hasil penelitian ini, diantaranya sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah wawasan dalam bidang psikologi, khususnya pada bidang psikologi klinis mengenai *self compassion* pada korban *bullying*. Dan penelitian ini diharapkan dapat melengkapi atau menjadi rujukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya serta memberikan referensi pada peneliti dengan rujukan yang sesuai.

#### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

##### a. Bagi Subjek,

Diharapkan individu yang mengalami perundungan dapat menumbuhkan *self compassion* pada diri sendiri.

b. Bagi Siswa,

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan pada siswa terkait dampak *bullying* terhadap orang lain.

c. Bagi Instansi,

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan wawasan terkait korban *bullying*.

d. Bagi Kedinasan KBPPPA,

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan membantu pihak kedinasan KBPPPA mengenai kasus *bullying* yang terjadi di sekolah.

e. Bagi Kepolisian,

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan membantu pihak kepolisian mengenai kasus *bullying* yang terjadi di sekolah.

